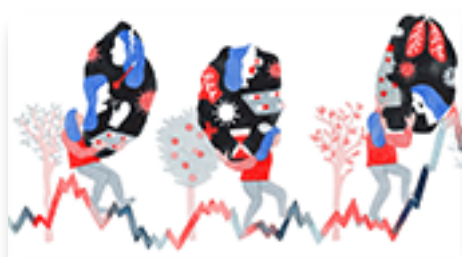


Le covid long, l'autre fardeau de la pandémie

Fatigue intense, essoufflement, maux de tête... après une infection par le coronavirus, de nombreuses personnes font l'expérience de symptômes persistants, et dans certains cas invalidants. La véritable ampleur de ce syndrome dans la population commence seulement à être appréhendée



Dessin original Fanny Monier pour Le Temps. — © Fanny Monier pour Le Temps

Syndrome post-covid, covid long, covid chronique... De multiples dénominations sont utilisées pour décrire les difficultés rencontrées par les personnes qui, une fois passée la phase aiguë de l'infection par le Covid-19, continuent de faire l'expérience de différents symptômes pendant des semaines voire des mois. Une affection dont les contours sont encore mal définis, mais qui est de

mieux en mieux prise en compte par le corps médical.

"Fatigue, perte d'odorat et du goût, essoufflement et céphalées font partie des symptômes le plus souvent rapportés", indique la doctoresse Mayssam Nehme, responsable de la consultation long covid des HUG, l'une des premières ouvertes en Suisse.

Troubles neuro-musculaires, de l'équilibre, de la concentration ou encore de la vision, mais aussi difficultés d'ordre psychique, telles qu'anxiété ou dépression, sont aussi mentionnés par les personnes concernées.

"Le caractère très polymorphe de ces symptômes, qui peuvent toucher autant les systèmes respiratoire que cardiaque et neurologique, constitue un des aspects les plus étonnants de la maladie", estime Benoît Guery, médecin-chef au service des maladies infectieuses du CHUV.

Qui poursuit:

"Certains de ces symptômes comportent une part de subjectivité et il n'est pas toujours facile de faire la part entre ce qui est lié à l'infection elle-même et ce qui découle du contexte très particulier de la pandémie."

Une affection à part entière

Malgré cette limitation, le long covid est désormais considéré comme une affection à part entière. Ainsi l'OMS a-t-elle organisé début février un séminaire spécifiquement consacré à cette question, rassemblant des experts venus de différentes régions du monde. En France, la Haute Autorité de santé vient de publier des recommandations pour la prise en charge des personnes touchées, rappelant la nécessité de leur proposer

"un projet de soins personnalisé, assorti d'objectifs réalisables et d'un suivi discuté avec le patient".

La proportion exacte des malades qui développeront un long covid n'est pas encore connue. Mais différentes études suggèrent que le phénomène n'a rien d'anecdotique. Une large étude publiée dans *The Lancet*, portant sur plus de 1700 patients hospitalisés en Chine, a ainsi montré que six mois plus tard, 63% d'entre eux rapportaient toujours de la fatigue, 26% des difficultés de sommeil et 23% de la dépression ou de l'anxiété.

"Certains patients ne voient pas d'issue et se sentent découragés" - Mayssam Nehme, docteure chargée de la consultation long covid des HUG

De manière surprenante, le syndrome post-covid touche aussi des personnes initialement en bonne santé et qui n'ont pas souffert d'une forme grave de la maladie. C'est notamment ce qui ressort du suivi effectué depuis mars 2020 par les HUG auprès de près de 700 personnes, pour 25% des professionnelles de la santé, d'un âge moyen de 43 ans et pour près de 70% sans facteurs de risque sous-jacents. Six semaines après le diagnostic, 33% d'entre elles souffraient encore de fatigue, de perte d'odorat et du goût, ou encore d'essoufflement et de toux, d'après une étude parue dans la revue *Annals of Internal Medicine*.

Des difficultés qui persistent à plus long terme encore:

"A sept mois, 25% des personnes gardent des symptômes", relève Mayssam Nehme,

qui précise que ces données doivent encore faire l'objet d'une publication scientifique. Au CHUV, le suivi d'un collectif de 468 patients a révélé que plus de 50% d'entre eux ont toujours au moins un symptôme à neuf mois.

D'autres travaux effectués à l'étranger rapportent une fréquence moindre de ce syndrome, avec plutôt 10 à 20% de personnes souffrant encore de symptômes six mois après leur infection.

"Même si le pourcentage exact de patients touchés n'est pas connu, cela concerne de toute façon un très grand nombre de personnes, puisque le virus s'est largement répandu dans la population", souligne Mayssam Nehme.

Des symptômes fluctuants

"Au début de la pandémie, on ne soupçonnait pas que le Covid-19 occasionnerait des symptômes aussi persistants et d'une telle ampleur", acquiesce Benoît Guery.

qui précise que ces séquelles peuvent être dues à l'effet du virus lui-même sur l'organisme, mais aussi à une réponse inadaptée du système inflammatoire suite à l'infection.

Si la gravité des symptômes et leur persistance dans le temps sont très variables d'une personne à l'autre, le long covid peut se transformer en calvaire.

"Nous rencontrons des personnes qui éprouvent encore des symptômes un an après leur infection. Certaines n'ont pas pu reprendre le travail, ou alors l'ont repris mais ont été contraintes d'arrêter. Une difficulté supplémentaire provient du caractère fluctuant des symptômes: certains patients se sentent mieux pendant

un certain temps, avant de voir leur état se dégrader de nouveau pendant quelques jours, et ainsi de suite. Ils ne voient pas l'issue et se sentent découragés", poursuit Mayssam Nehme.

La réponse médicale commence à s'organiser pour venir en aide à ces personnes. Des consultations spécifiques ont ainsi vu le jour à Genève et à Zurich.

"Nous effectuons un bilan avec les patients et nous leur proposons différentes prises en charge en fonction de leurs symptômes, par exemple de la physiothérapie ou des exercices de respiration", décrit Mayssam Nehme.

Pour elle, comme pour Benoît Guery, la réponse au covid long ne doit pas être que médicale, mais être considérée au niveau de la société, en raison de l'ampleur qu'elle va prendre dans les mois et années à venir.

Lire aussi:

- [Covid-19, ces malades qui ne guérissent pas](#)